



Enfants - Jeunes - Adultes - Seniors

# ACTIVITÉS

loisirs, culturelles et sportives

## HEBDOMADAIRES

**SAISON  
2023 - 2024**



## NOS PROFESSEURS

### Juliette Oehy



Formée au Hatha Yoga dès 2007, je l'enseigne depuis 2012. Très inspirée par l'approche du Docteur Bernadette de Gasquet et par la Médecine

" Traditionnelle Chinoise, je propose un Yoga accessible à tous destiné à: renforcer et assouplir le corps, travailler le souffle et la concentration, apprendre la relaxation et la méditation, et se sentir pleinement en lien avec l'énergie des saisons et de la Nature. Bienvenue! Juliette OEHY"

### Estelle Poirault



Bonjour, je suis Estelle Poirault, j'habite à Airvault et suis passionnée de Yoga depuis 2013. J'ai décidé d'en faire mon

métier en 2020 afin de partager les bienfaits que cette pratique me fait vivre au niveau de mon CORPS (articulations, dos, souplesse, circulation, digestion, ...) de ma TÊTE ( clarté mentale, sommeil amélioré...) et de mes ÉMOTIONS ( moins de stress, d'anxiété ou sauts d'humeur, plus de calme et paix intérieure...).

Le yoga que je propose est un yoga postural doux accessible à un plus grand nombre. Hâte de vous rencontrer dès le 21 septembre pour vous faire découvrir ma vision du yoga.

Bel été à tous, Namasté. Estelle

### Magalie Robert

Professeur de Danse, et réalisatrice du Gala de danse de fin d'année du CSC-Maison Pour Tous, j'interviens auprès de nombreuses associations avec tout public.

Je vous attends nombreux cette année pour partager une passion commune ! 😊

## INFORMATIONS ET COMMENT S'INSCRIRE !

Portes ouvertes  
Le samedi matin  
16 septembre

## Devenir adhérent.e

C'est partager le projet social de l'association, soutenir l'engagement associatif des habitants et être assuré dans le cadre des activités organisées par le CSC.

Pouvoir être membre de l'association, et voter lors de son assemblée générale.

## Démarrage des activités

à partir du lundi 18 septembre 2023

jusqu'à la fin juin 2024

(Hors vacances scolaires)

Inscription à partir du 31 juillet 2023

## Modes de règlement

Chèque bancaire

Espèces

 Chèque ANCV

Possibilité d'encaissement au trimestre

## Tarifs adhésion annuelle

(Du 1er juillet 2023 au 30 juin 2024)

- Adhésion individuelle adulte : 20,00 €  
(Cours Yoga-danse et sorties)
- Adhésion Individuelle Atelier.s : 40,00 €
- Adhésion individuelle enfant : 8,00 €
- Adhésion famille : 16,00 €  
(Au moins 1 adulte et 1 enfant de la même famille)  
(Cours Yoga-danse et sorties)
- Adhésion Associative : 30,00 €

(Demi-tarifs selon votre situation, renseignement à l'accueil du CSC-Maison Pour Tous)

**SAISON  
2023 - 2024**

Démarrage des activités à partir du lundi 18 septembre 2023  
(Hors vacances scolaires)

## LUNDI

**- COURS -**

**YOGA**

11 h 00 - 12 h 00  
Salle Omnisports  
Coût : 200 € / an

**- ATELIER -**

**ECHANGES DE SAVOIRS**

14 h 00 - 17 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

**- ATELIER -**

**COUTURE**

13 h 30 - 15 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

**- ATELIER -**

**JEU DE MAH-JONG**

19 h 30 - 21 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

## MARDI

**- ATELIER -**

**BELOTE - SCRABBLE**

14 h 00 - 17 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

**- ATELIER -**

**LOISIRS DÉCO**

14 h 00 - 17 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

**- ATELIER -**

**COUTURE**

18 h 00 - 20 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

## MERCREDI

**- ATELIER -**

**RANDONNÉE PÉDESTRE**

RDV à 13 h 30  
au CSC - Maison Pour Tous

**- COURS -**

**DANSE MODERN'JAZZ**

Eveil (dès 5 ans)  
16 h 45 - 17 h 30  
Salle Omnisports  
Coût : 145 € / an

**- COURS -**

**DANSE MODERN'JAZZ**

17 h 30 - 18 h 30  
& 18h30 - 19 h 30  
Salle Omnisports  
Coût : 160 € / an

**- ATELIER -**

**CROCHET (AMIGURUMI)  
& TRICOT**

18 h 00 - 20 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

## JEUDI

**- ATELIER -**

**ATELIER MÉMOIRE**

9 h 30 - 11 h 30  
au CSC - Maison Pour Tous  
Date - Voir calendrier

**- ATELIER -**

**INFORMATIQUE**

10 h 00 - 11 h 30  
Au CSC - Maison Pour Tous  
Date voir calendrier

**- COURS -**

**YOGA**

17 h 30 - 18 h 30  
Salle Omnisports  
Coût : 200 € / an

**- COURS -**

**YOGA**

18 h 30 - 19 h 30  
Salle Omnisports  
Coût : 200 € / an

**- ATELIER -**

**DESSIN - PEINTURE**

18 h 00 - 20 h 00  
Au CSC - Maison Pour Tous

## VENDREDI

**- COURS -**

**DANSE MODERN'JAZZ**

18 h 15 - 19 h 30  
Salle Omnisports  
Coût : 200 € / an

**- COURS -**

**DANSE MODERN'JAZZ**

19 h 30 - 21 h 00  
Salle Omnisports  
Coût : 240 € / an

### Activités pour

Enfants

A partir de 12 ans

A partir de 16 ans

Adultes / Séniors

Pour Tous

**- COURS -**  
encadrement par un  
professionnel rémunéré

**- ATELIER -**  
encadrement par un  
adhérent bénévole

**Inscriptions obligatoires pour tous les cours et les ateliers à l'Accueil du CSC - MPT.**

# LA VIE ASSOCIATIVE

Le CSC Maison Pour Tous c'est aussi toute une vie associative

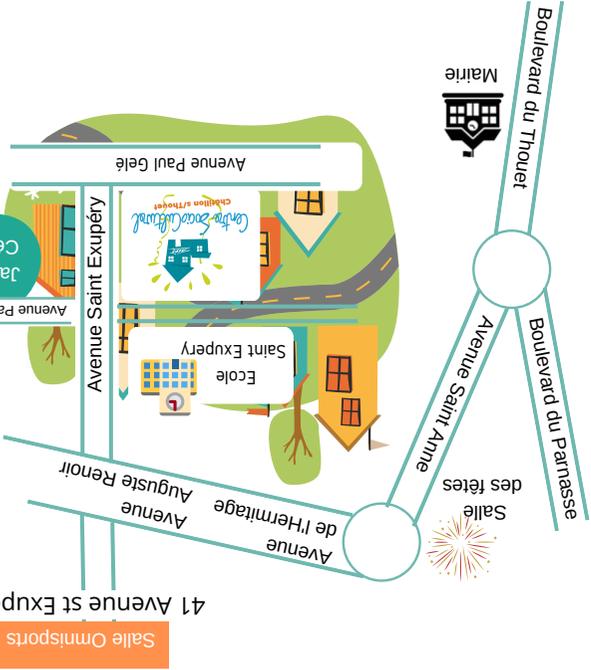
## DIFFÉRENTES ACTIONS DE SOLIDARITE

LA BOURSE AUX VÊTEMENTS  
LE TÉLÉTHON

## DES ÉVÈNEMENTS ET MANIFESTATIONS INTERGÉNÉRATIONNELS

SÉJOURS / SORTIES - APRÈS MIDI JEU  
MARCHÉ DE NOËL  
SOIRÉE SPECTACLE  
CINÉ TOILE  
GALA DE DANSE

## VOTRE PAROLE A TRAVERS DES COLLECTIFS D'HABITANTS



## CSC- Maison Pour Tous

9 avenue Paul Gellé  
79200 Châtillon-sur-Thouet  
05 49 95 07 43

E-mail : [csc.mptchatillon@csc79.org](mailto:csc.mptchatillon@csc79.org)

Site : <https://mptchatillon.centres-sociaux.fr/>

 Maison Pour Tous

## Horaires d'ouverture

Lundi

14 h 00 à 18 h 15

Mardi - Mercredi - Jeudi

9 h 00 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 18 h 15

Vendredi

9 h 00 à 12 h 00